

# Department de Bomberos en Springdale

## Instrucciones para seguir de cuidado

### **X Instrucciones Universales:**

- Si acaso cambia de parecer o su condicion empeora y decide aceptar tratamiento y transportacion por los Servicios Medicos de Emergencia (EMS), no lo piense demasiado para llamarnos de nuevo o buscar otra atencion medica.
- Si llegara a tomar un medicamento y llegara a tener cortas respiraciones, empize a resollar, llenarse de ronchas o sarpullido, o llegara a tener un reaccion inesperada, llame al 9-1-1 inmediatamente. SIEMPRE tome sus medicatos como le son dirigidos en la etiqueta. NUNCA tome el medicamento recetada para otra persona.

<p><b>DOLOR DE PECHO: (Chest Pain)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay muchas causas para el dolor de pecho. La causa de su dolor de pecho no puede ser determinado.</li> <li>• Evite actividades que puedan aumentar su dolor.</li> <li>• Si fuma, PARE DE FUMAR!</li> <li>• Tome respiraciones profundas cada hora aunque le duela.</li> <li>• Si toma medicamentos para el dolor de pecho, tome su medicamento como le fue dirigido.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Su dolor empeora con actividad.</i></li> <li>• <i>SI presenta dificultad al respirar</i></li> <li>• <i>Si presenta toz, escalofrios, fiebre, dolor estomacal, dolor de hombro, mandibula o de espalda, vomita sangre, ve sangre en su orina, fiebre mas de 101°.</i></li> <li>• <i>Si toce sangre.</i></li> <li>• <i>Si presenta excremento negro o pegajoso.</i></li> <li>• <i>Si se desmaya.</i></li> </ul>	<p><b>DOLOR DE ESTOMAGO (PANZA): (Belly Pain)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor de panza tambien se llama dolor abdominal. Muchas enfermedades pueden causarle dolor de estomago y el personal de EMS no puede determinar la causa de el dolor de estomago.</li> <li>• Tome su temperatura cada 4 horas.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Si su dolor se empeora o solamente es en 1 area.</i></li> <li>• <i>Si vomita sangre, tiene excremento con sangre, o evacuaciones negras o pegajosas. .</i></li> <li>• <i>Si se mareo o desmaya.</i></li> <li>• <i>Si llega a tener temperature de mas de 101°, tiene problemas al orinar, o problema al respirar.</i></li> </ul>	<p><b>FIEBRE: (Fever)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SIEMPRE tome los medicamentos como le fueron dirigidos en la etiqueta. Tylenol (acetaminophen) y ibuprofen pueden ser tomados a la misma vez.</li> <li>• Si esta tomando cualquier antibiotico, tomelos hasta que sean terminados, no hasta que se sienta mejor.</li> <li>• Tome liquidos adicionales que no sean cafeinados (1 baso de agua, bebidas gaseosas, o Gatorade cada hora para la fiebre de un adulto).</li> <li>• Si la temperatura es sobre 103°, esta se puede bajar por medio de un baño de esponja de agua a temperatura del cuarto, NO AGUA FRIA.</li> <li>• Si toma su temperatura cada 4 horas.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Si la Temperatura es mas de 101° por 24 horas.</i></li> <li>• <i>El niño es menos activo o menos alerta.</i></li> <li>• <i>Si presenta salpullido.</i></li> <li>• <i>Si su fiebre no baja con acetaminophen or ibuprofen.</i></li> </ul>
<p><b>CORTO DE RESPIRACION (SOB)</b></p> <p>Ansiedad respiratoria tambien conocido como el corto de respiracion o dificultad en respiracion.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay muchas causas por la ansiedad respiratoria. Usted debe evitar cualquier substancia que le cause dificultad en respirar.</li> <li>• Si toma medicamentos para la dificultad de respirar, tome su medicamento como le fue dirigido.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Temperatura es mas de 101°.</i></li> <li>• <i>Si empeora o no mejora su toz, el silvido al respirar o dificultad al respirar, aun despues de tomar su medicamento.</i></li> <li>• <i>Si tiene dolor de pecho.</i></li> <li>• <i>Su saliva (esputo) cambia color.</i></li> <li>• <i>No le es posible hacer sus actividades normales.</i></li> </ul>	<p><b>LACERACION A EXTREMIDADES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplique hielo a la area lastimada por 15 a 20 minutos cada hora por los primeros 2 dias.</li> <li>• Eleve la herida sobre el nivel de el Corazon todo el tiempo posible por los primeros 2 dias para ayudar aliviar el dolor y lo hinchado.</li> <li>• Use la area lastimada mientras el dolor le permita.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Temperatura mas de 101°.</i></li> <li>• <i>Se empeora el moreton, hinchazon, o dolor, a pesar del tratamiento indicado anteriormente.</i></li> <li>• <i>Si llegara a tener algun problema en la lista de instrucciones para CUIDADO DE HERIDAS como fueron instruidas.</i></li> <li>• <i>Si no puede mobilizar la area lastimada o si llegara a tener adormecimiento o hormigueo en la area lastimada.</i></li> <li>• <i>Si no mejora en 2 dias o no puede utilizar la area lastimada en 1 semana.</i></li> </ul>	<p><b>VOMITO/DIARRHE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muchas cosas pueden causar vomito. Esto puede ocurrir a cualquiera y debe ser observado cuidadosamente.</li> <li>• Diarrea tambien puede ocurrir a cualquiera y puede ser una reaccion de comida o infeccion.</li> <li>• Desidratacion (perdida de agua) puede acurrir con vomito o diarrea.</li> <li>• Tome liquidos transparentes sin alcohol (refrescos sin gas, Gatorade, o jugos) por las primeras 12 horas. Empiese con pequeños sorbitos y lentamente aumente la cantidad que usted toma.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Si la temperatura es mas de 101°.</i></li> <li>• <i>Presenta vomito o diarreha que dura mas de 24 horas, si nota sangre en el vomito o diarreha, o tiene evacuaciones negras o pegajosas..</i></li> <li>• <i>Si no puede mantener liquidos en su sistema o no ha orinado en 8 horas. .</i></li> </ul>
<p><b>CUIDADO A HERIDAS: (Wound Care)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Heridas incluyen cortadas, raspaduras, piquetes, abrasiones, o heridas por perforacion.</li> <li>• Si las heridas empesaran a sangrar, apliqué presión sobre la herida con una venda o tela limpia y eleve la herida sobre el nivel del corazon por 5 – 10 minutos.</li> <li>• Limpie la herida 2 veces al dia con jabon y agua y mantenga la herida seca.</li> <li>• puede bañarse con regadera pero no ponga la herida en la tina o en agua de los trastos. Remueva la venda antes de bañarse.</li> <li>• Cambie la venda por lo menos diaramente o cuando este sucia.</li> <li>• Usted necesitara la vacuna contra el tetano si no ha tenido una an 10 años.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Fiebre sobre 101°.</i></li> <li>• <i>Se empeora el moreton, hinchazon, o dolor, a pesar del tratamiento indicado anteriormente.</i></li> <li>• <i>Señales de infeccion como rojiso, pus, lineas rojas, o un mal olor de la herida.</i></li> </ul>	<p><b>DOLORES DE CABEZA: (Headache)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay muchas causas por los dolores de cabeza.</li> <li>• La causa de su dolor de cabeza no puede ser determinado .</li> <li>• Descanse en un cuarto callado y obscuro por 20 - 30 minutos.</li> <li>• Aplique hielo o calor a la area de dolor.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Si su dolor de cabeza empeora o no mejora dentro de 24 horas.</i></li> <li>• <i>Si presenta una fiebre mas de 101° o tiene una convulsion (ataque).</i></li> <li>• <i>Si presenta salpullido.</i></li> <li>• <i>Si presenta desecho Amarillo o verde de su nariz.</i></li> <li>• <i>Si su familia no le puede despertar.</i></li> <li>• <i>Si no esta actuando normal.</i></li> </ul>	<p><b>NIVEL DE AZUCAR BAJA: (Low BS)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoy su nivel de azucar fue de _____mg/dl.</li> <li>• El tomar mucha insulina/ medicina para la diabetes, el hacer mucho ejercicio, el demorar o no tomar sus alimentos puede causar su azucar que baje.</li> <li>• Las señales y sintomas incluyen el temblar, sudores, irritabilidad, sentirse mareado, el desmayar, debilidad, somnolencia, confusion, corazon con palpitaciones fuertes.</li> <li>• Examine su nivel de azucar. Si esta debajo de 80 usted debe tomar 8 onzas de leche entera, comerse una barra de dulce, o utilizar las pastillas de glucosa. Luego debe comer una comida liviana para ayudar el elevar su azucar.</li> <li>• Asegurese el decirle a su doctor de lo sucedido.</li> </ul> <p><b>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sintomas nuevos o severos.</i></li> <li>• <i>Niveles de azucar en la sangre bajo 60.</i></li> <li>• <i>Si presenta una fiebre sobre 101°.</i></li> </ul>

# Department de Bomberos en Springdale

## Instrucciones para seguir de cuidado

<p><b>DOLOR DE ESPALDA: (Back Pain)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aplique hielo a la area de dolor para aliviarlo. Aplique el hielo por no mas de 20 minutos cada hora. Mantenga una tela entre la bolsa de hielo y su piel. Si el hielo no le ayuda, entonces trate aplicando caliente en la misma manera. Tenga cuidado de no quemarse.</li> <li>Mantengase en cama por las primeras 24 horas.</li> <li>Puede empesar hacer sus actividades normales mientras no le cause dolor.</li> <li>Cuando levante cosas, doblese en las caderas y rodillas. Nunca se doble solamente en la cintura.</li> </ul> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Si aumenta el dolor o se sigue al bajar la pierna.</i></li> <li><i>Si tiene problema al orinar o al evacuar o pierde control de poder orinar o evacuar.</i></li> <li><i>Si presenta adormecimiento o debilidad en sus brazos, manos, piernas, o pies.</i></li> </ul>	<p><b>HERIDA A LA CABEZA: (Head Injury)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Quizas tenga un dolor de cabeza, nausea, o vomito despues de pegarse en la cabeza.</li> <li>Despierte al individuo cada 2 horas por las primeras 24 horas despues de lastimarse.</li> <li>Hielo puede ser aplicado a la area de la herida para desminuir el dolor.</li> <li>Tome liquidos transparentes, sin alcohol por las primeras 12 horas espues de lastimarse.</li> <li>Tylenol (acetaminophen) o ibuprofen puede ser usado para el dolor.</li> </ul> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Si la persona que fue lastimada presenta vomito todo el tiempo, no puede despertar, tiene probelmas al caminar o tiene problemas al usar un brazo o pierna, tiene un ataque, presenta pupilas desiguales, presenta liquido claro o sangrado de los oidos o nariz, o presenta comportamiento extraño.</i></li> </ul>	<p><b>MORDIDA/PIQUETE DE INSECTO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Una mordida o piquete de insecto es una area elevada y roja que puede dejar un hollito en el centro. Usted puede tener dolor, hinchazon, o salpullido. Piquetes severos pueden causar Dolores de cabeza y malestar estomacal.</li> <li>Algunas personas tendran una reaccion alergica a una mordida o piquete. El tener dificultad al respirar, hinchazon de la garganta o lengua, o dolores en el pecho son causas de emergencia que requieren cuidado inmediato.</li> <li>Eleve la parte herida y appliqué hielo esto ayudara el desminuir el dolor e hinchazon.</li> <li>Benadryl (diphenhydramine) puede ser usado como sea dirigido para controlar la comezon y ronchas.</li> </ul> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Si presenta dolor de pecho, dificultad en respirar, hinchazon de la lengua o de la garganta.</i></li> <li><i>Si aun mas de la area que fue mordida o con el piquete se pone roja,caliente, adolorido o hinchado</i></li> <li><i>Presenta una fiebre 101°.</i></li> </ul>
<p><b>ATAQUE (CONVULSION): (Seizure)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoy usted tuvo un ataque.</li> <li>Un ataque puede ser causado por una infeccion, trauma, o epilepsia.</li> <li>Si usted toma medicamento para controlar los ataques, tome su medicamento exactamente como le fue dirigido.</li> <li>Si usted tuvo un ataque y esta tomando su medicamento, llame a su doctor.</li> <li>Medicamentos para ataques requieren que se tomen todos los dias para mantener el nivel correcto en su sangre. Si no ha tomado su medicamento para ataques en unos dias, llame a su doctor para un consejo de cuanto debera tomar.</li> </ul> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Si llegara a tener otro ataque y dilata mas de 5 minutos.</i></li> <li><i>Si tiene fiebre, entumecimiento de la nuca, o dolor de cabeza siguiendo su ataque.</i></li> <li><i>Si no despierta entre ataques.</i></li> </ul> <p><b><u>Personas alrededor de usted:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Deberan de retirar objetos de su alcance cuando tenga un ataque.</i></li> <li><i>No deberan de tratar de restringirle cuando tenga un ataque.</i></li> <li><i>No deberan ponerle nada en la boca (you can not swallow your tongue).</i></li> </ul>	<p><b>DESMAYOS: (Fainting)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoy usted se desmayo.</li> <li>Muchas cosas pueden causar desmayos. Problemas con ritmo cardiaco, infartos cardiacos, baja presion arterial por sangrado o desidratacion, nivel bajo de azucar, embolio, isolacion, herida a la cabeza son algunas de las cosas que pueden causar desmayos.</li> <li>Desmayos pueden indicar problemas serios. Usted debe ver a su doctor. Llame por una cita hoy.</li> <li>Si se encuentra vomitando o ha tenido diarrea, dirijase a la seccion en estas instrucciones.</li> </ul> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Si se desmaya otra vez.</i></li> <li><i>Si tiene alguna clase de ataque.</i></li> <li><i>Si tiene dolor en el pecho o de cabeza.</i></li> <li><i>Si tiene una temperature sobre 101°.</i></li> <li><i>Si vomita sangre o algo que parezca granos de café o tiene evacuaciones negras.</i></li> </ul>	<p><b>OTRO: (Other)</b></p> <p><b><u>CONTROL MEDICO DEBE SER CONSULTADO ANTES DE COMPLETAR ESTA SECCION.</u></b></p> <p>Los EMT's que le trataron hoy dia han hablado con un doctor. Usted puede tener _____</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <p><b><u>Llame al doctor, vaya a la sala del departamento de emergencia, o llame al 911 inmediatamente si:</u></b></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
<p><b>PARA ENCONTRAR A UN DOCTOR, USTED PUEDE LLAMAR A CUALQUIER DE LOS SIGUIENTES NUMEROS:</b></p> <p><b><u>Condado de Washington</u></b></p> <p>Northwest Health Center Physician Linea para referencia (Referral Line) 1-800-734-2024 or 479-751-6913</p> <p>Washington Regional Medical Center Linea para referencia de un doctor (Physician Referral Line) 479-713-1253</p>	<p><i>Las instrucciones provistas son las instrucciones generalmente basicas. Estas NO proveen toda la informacion relacionadas a una condicion en particular.</i></p> <p><b>Si esta teniendo cualquier problema y quiere ser visto por un doctor. Inmediatamente llame al doctor (por favor dirijase a los numeros de referencia para un doctor que se encuentra en esta pagina) vaya a la sala del departamento de emergencia que usted escoja o llame al 911.</b></p>	<p><b>PARA ENCONTRAR UN DOCTOR, PUEDE LLAMAR A CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES NUMEROS:</b></p> <p><b><u>Benton County</u></b></p> <p>Northwest Health Center Physician Referral Line 1-800-734-2024</p> <p>Mercy Medical Center Operator for Physician Referral 479-636-0200</p>